

ΟΙ ΣΥΝΕΠΕΙΕΣ ΤΗΣ
ΚΑΤΑΝΑΛΩΣΗΣ ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ
ΑΛΛΩΝ ΟΥΣΙΩΝ ΚΑΤΑ ΤΗΝ
ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ ΚΑΙ ΤΗΝ
ΠΕΡΙΟΔΟ ΤΟΥ ΘΗΛΑΣΜΟΥ.

ΕΠΙΔΡΑΣΕΙΣ ΤΟΥ ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ
ΚΙΝΔΥΝΟΙ ΚΑΤΑ ΤΑ ΤΡΙΑ
ΤΡΙΜΗΝΑ ΤΗΣ ΚΥΗΣΗΣ.

Δρ Αφροδίτη Ελισσαίου-Ξενοφώντος

ΘΕΜΑΤΟΛΟΓΙΑ

- ⊙ ΟΡΙΣΜΟΣ ΣΕΑ
- ⊙ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΣΤΟΙΧΕΙΑ
- ⊙ ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΕΑ
- ⊙ ΕΠΙΔΡΑΣΗ ΑΛΚΟΟΛΗΣ ΣΤΑ ΤΡΙΑ ΤΡΙΜΗΝΑ ΤΗΣ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗΣ
- ⊙ ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ
- ⊙ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΣΤΗΝ ΚΥΗΣΗ ΚΑΙ ΘΗΛΑΣΜΟ
- ⊙ ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΣΤΗΝ ΚΥΗΣΗ ΚΑΙ ΘΗΛΑΣΜΟ

ΟΡΙΣΜΟΣ

- Σύνδρομο εμβρυικού αλκοολισμού - ΣΕΑ είναι η παρουσία γενετικών ανωμαλιών στο νεογνό που γεννήθηκε από μητέρα που κατανάλωνε αλκοολούχα ποτά κατά την διάρκεια της εγκυμοσύνης της



ΚΑΙ ΛΙΓΑ ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ ΤΗΣ ΝΤΡΟΠΗΣ...

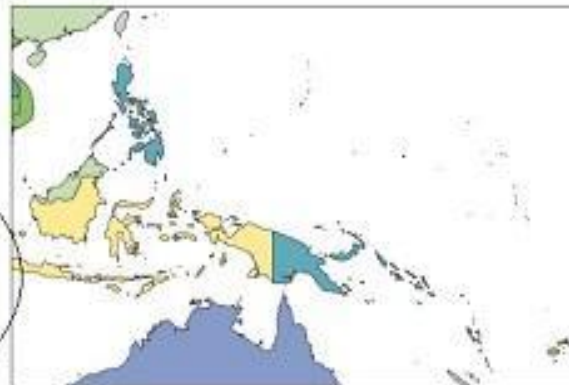
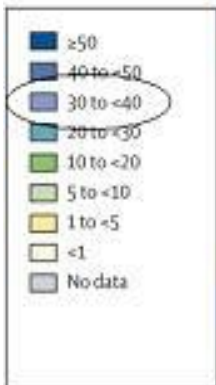
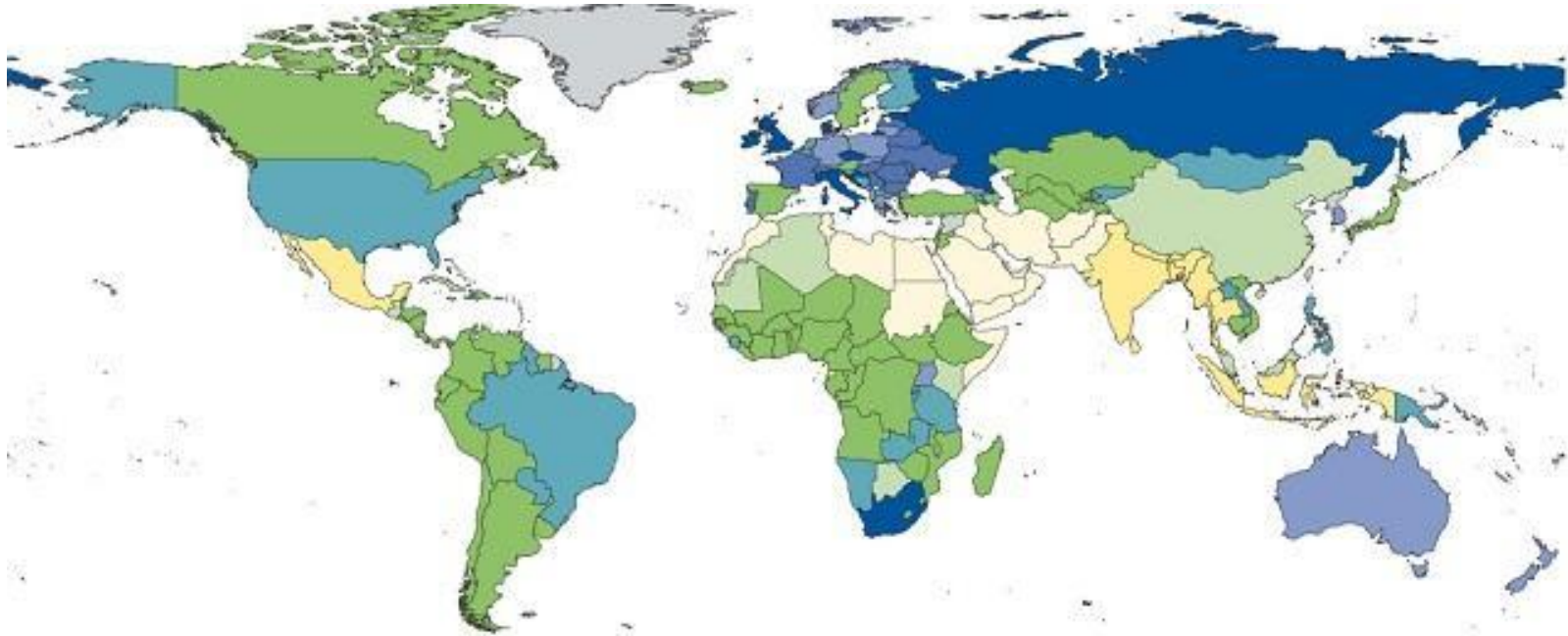
- ◉ Παγκόσμια 119.000 παιδιά γεννιούνται ετησίως με ΣΕΑ (FAS) σύμφωνα με πρόσφατη έρευνα του Κέντρου Εθισμού και Ψυχικής Υγείας του Καναδά (CAMH)
- ◉ 10% των εγκύων παγκόσμια καταναλώνουν αλκοόλ και σε κάποιες χώρες το ποσοστό φτάνει μέχρι και το 45%
- ◉ Υπολογίζεται ότι 1 στους 15 ανθρώπους ανά 10.000 πληθυσμό θα παρουσιάσουν FAS



ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ-ΣΥΝΕΧΕΙΑ

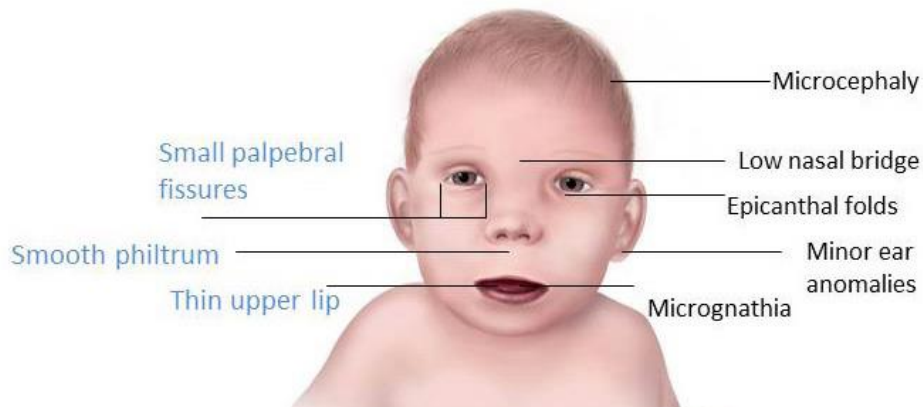
- ◉ Στην Ευρώπη οι χώρες με τα πιο ψηλά ποσοστά κατανάλωσης αλκοόλ στην κύηση είναι η Ρωσία, Ηνωμένο Βασίλειο, Δανία, Λευκορωσία και Ιρλανδία
- ◉ Ο επιπολασμός του FAS στην Ευρώπη είναι 2,6 μεγαλύτερος σε σχέση με τον παγκόσμιο μέσο όρο
- ◉ Πιο μειωμένα επίπεδα έχουν οι χώρες της Ανατολικής Μεσογείου και της Νοτιοανατολικής Ασίας
- ◉ Φυσικά, δεν σημαίνει ότι όλες όσες καταναλώνουν αλκοόλ θα γεννήσουν μωρό με FAS. Υπολογίζεται ότι περίπου 1 στις 67 γυναίκες που καταναλώνουν αλκοόλ το παιδί τους θα έχει πρόβλημα

ΣΤΑΤΙΣΤΙΚΑ-ΣΥΝΕΧΕΙΑ



ΧΑΡΑΚΤΗΡΙΣΤΙΚΑ ΣΕΑ

- ◉ Τα νεογνά αυτά είναι κοντά και λεπτά με μικρά κεφάλια
- ◉ Χαρακτηριστικά του συνδρόμου
 - Μικροκεφαλία
 - Πολλαπλές ανωμαλίες προσώπου(μικρά μάτια με στενή σχισμή)
 - Ευρεία, επίπεδη ρινική γέφυρα
 - Ελλειψη της εντομής ανάμεσα στο άνω χείλος και στην μύτη
 - Μικρογναθισμός(υποπλασία κάτω γνάθου)
 - Αυξημένη πιθανότητα σχιστιών, καρδιαγγειακών βλαβών, δυσμορφιών στα αυτιά και τα μάτια, βλαβών στο ουροποιητικό και γεννητικό σύστημα
 - Αργότερα - Νοητική υστέρηση, μαθησιακές δυσκολίες, υπερκινητικότητα και ελλειμματική προσοχή κ.α.
- ◉ Ο δείκτης νοημοσύνης αυτών των παιδιών στα 7 έτη υπολογίζεται κάτω από 79



ΔΡΑΣΗ ΑΛΚΟΟΛΗΣ ΣΤΑ ΔΙΑΦΟΡΑ ΤΡΙΜΗΝΑ

ΕΜΒΡΥΟΛΟΓΙΑ

- ⊙ Μετά την σύλληψη μέσα σε 7-8 μέρες έχουμε την εγκατάσταση στην μήτρα του ‘μοριδίου’
- ⊙ Τον πρώτο μήνα το βάρος του εμβρύου αυξάνει έως και 20.000 φορές, τον δεύτερο έως και 50 και τον τρίτο έως και 10 φορές
- ⊙ Στις 10 εβδομάδες κύησης το έμβρυο έχει ήδη όλα τα απαραίτητα όργανα

ΑΛΚΟΟΛΗ ΚΑΙ ΠΡΩΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ ΚΥΗΣΗΣ

- ◉ Στο πρώτο τρίμηνο κύησης γίνεται η ανάπτυξη όλων των οργάνων (όπως εγκεφάλου, καρδιάς, νεφρών)
- ◉ Η αιθυλική αλκοόλη διαχέεται άμεσα στους ιστούς του αναπτυσσόμενου εμβρύου και παρεμβαίνει στην σειρά ανάπτυξης των ιστών μειώνοντας τον αριθμό των κυττάρων και προκαλώντας ζημιά σε αυτά που παράγονται
- ◉ Η πιο μεγάλη καταστροφή γίνεται κοντά στην σύλληψη



FIRST TRIMESTER

Within the first two months of pregnancy, your baby will develop from a ball of cells called a blastocyst to an embryo that will develop into your baby.

WEEKS 5-6

Your baby is roughly the size of an ant. The baby's heart begins to beat and facial features develop, such as the eyes and nose. Arms with little fingers and legs are growing.



Weeks 8-9

Your baby can move all his limbs, has earlobes and eyelids that are fused shut.



Weeks 10-11

The embryo has become a fetus and has vital organs, such as kidneys, brain, liver and intestines. The bones are hardening and genitalia are developing externally.



ΑΛΚΟΟΛΗ ΚΑΙ ΔΕΥΤΕΡΟ ΤΡΙΜΗΝΟ ΚΥΗΣΗΣ

- ◉ Αυξημένος κίνδυνος αποβολής
- ◉ Η αιθυλική αλκοόλη διακόπτει τον σχηματισμό των κυττάρων του εγκεφάλου
- ◉ Πιο πολύ επηρεάζεται ο μετωπιαίος λοβός του εγκεφάλου (το τμήμα που ελέγχει τις εκτελεστικές λειτουργίες)
- ◉ Βλάβες στην μυελίνη
- ◉ Βλάβη στο μεσολόβιο (Στο 80% των παιδιών με ΣΕΑ το μεσολόβιο έχει ανώμαλο σχήμα)



SECOND TRIMESTER

In these two months, your baby's sex will become apparent, his circulatory system will begin pumping blood and bones will harden.



Weeks 15-16

Your baby can see light filtered from outside the womb. He begins breathing amniotic fluid to develop his air sacs into lungs.

Weeks 19-23

You will start to feel your baby kick and move around. Your baby can feel you dance or run, and hearing is improving.



Weeks 24-27

The taste buds are developing and the brain is growing quickly. The baby is almost a foot long and weighs just over a pound. Your baby starts sucking his thumb.

ΑΛΚΟΟΛΗ ΚΑΙ ΤΡΙΤΟ ΤΡΙΜΗΝΟ ΚΥΗΣΗΣ

- Παρατηρείται μειωμένη ανάπτυξη σώματος και εγκεφάλου
- Καθυστέρηση ενδομήτριας ανάπτυξης (IUGR)
- Καταστροφή υπάρχουσων νευρώνων εγκεφάλου και διαταραχή στις συνάψεις
- Παρέμβαση στην δράση νευροδιαβιβαστών



THIRD TRIMESTER

Over the last 6-12 weeks of pregnancy, your baby's brain will be developing billions of neurons. His skin will fill out with baby fat as his body prepares for the outside world.



Weeks 28-34

You baby will weigh just over 3 pounds and measure up to 17 inches. He can now distinguish between light and dark.

Weeks 37-39

Your baby is considered full-term. The lungs work, your baby has a firm grasp and he has a full head of hair.

Week 40

Your baby is ready for life outside the womb. The average weight of a baby is 7 ½ pounds and average length is 20 inches.



ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ (συνέχεια)

- ⦿ Δεν υπάρχει ποσότητα αλκοόλ που να θεωρείται ασφαλής για το αναπτυσσόμενο έμβρυο
- ⦿ Μόλις μια μονάδα αλκοόλ μπορεί να εμποδίσει το έμβρυο να κινηθεί έως και για δύο ώρες
- ⦿ Η αιθυλική αλκόλη περνά από τον πλακούντα και αυξάνεται η ποσότητα της στο έμβρυο μέχρι να εξισωθεί με το αίμα της μητέρας

ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ (συνέχεια)

- ◉ Κάθε γυναικείος οργανισμός επεξεργάζεται διαφορετικά το αλκοόλ
- ◉ Η εκδήλωση σ.εμβρυικού αλκοολισμού εξαρτάται από διάφορους παράγοντες όπως
 - Ηλικία γυναίκας
 - Χρονική περίοδος και ποσότητα ποτού
 - Αν η γυναίκα είναι νηστική ή όχι
 - Παρουσία κάποιων γονιδίων
 - Το στρές, το κάπνισμα και οι διατροφικές συνήθειες

ΑΛΚΟΟΛ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ

- Η σύσταση προς την έγκυο αλλά και την γυναίκα που προγραμματίζει εγκυμοσύνη είναι ΜΗΔΕΝΙΚΗ κατανάλωση αλκοόλ ..



ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΑΛΚΟΟΛ

- ⦿ Μείωση παραγωγής γάλακτος και αλλοίωση γεύσης του
- ⦿ Μειωμένη ανάπτυξη νεογνού
- ⦿ Διέγερση, σπασμοί, υπνηλία
- ⦿ Σε ακραίες περιπτώσεις - Μέθη και σύνδρομο στέρησης.
- ⦿ Αν μια θηλάζουσα καταναλώσει αλκοόλ συνίσταται αποφυγή του θηλασμού για δύο μέχρι τρεις ώρες ανά μονάδα ποτού.

ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ

- ⊙ Εξαρτησιογόνες ουσίες είναι κάθε φυσική, ημισυνθετική ή συνθετική ουσία που επιδρά στο ΚΝΣ και μπορεί να χρησιμοποιηθεί για να αλλάξει κάποιο άτομο την διάθεση του
- ⊙ Νόμιμες
 - Καπνός και οινοπνευματώδη
- ⊙ Παράνομες
 - Χασίς, ηρωίνη, κοκαΐνη κλπ
- ⊙ Ενδιάμεσες
 - Ψυχοτρόπα, ηρεμιστικά κ.α. που χορηγούνται σε συνδιασμό

ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ

- ⊙ Συνήθως συνδιάζονται με κακή διατροφή και ελλιπή παρακολούθηση της εγκύου
- ⊙ Τα περισσότερα ναρκωτικά προκαλούν αγγειοσύσπαση στα αγγεία του πλακούντα και μειωμένη παραγωγή και ροή θρεπτικών ουσιών και O₂ προς το έμβρυο
- ⊙ Αυξημένη πιθανότητα για αποβολή και πρόωρο τοκετό

ΝΑΡΚΩΤΙΚΑ ΚΑΙ ΚΥΗΣΗ (συνέχεια)

- ◉ **Κοκαΐνη:** Εμφάνιση ‘crack baby’ - ψυχοκινητικές διαταραχές και αυξημένη πιθανότητα συνδρόμου αιφνίδιου θανάτου στην παιδική ηλικία
- ◉ **Κάνναβη:** Μειωμένη ανάπτυξη και βάρος στα έμβρυα (μια φορά την εβδομάδα αν καπνίσει μια έγκυος είναι σαν να έχει καπνίσει 15 τσιγάρα)
- ◉ **Βαρβιτουρικά και ψυχοτρόπα:** Αυξημένη πιθανότητα εμφάνισης άπνοιας στον τοκετό
- ◉ **Γενικά:** Αυξημένη περιγεννητική θνησιμότητα, διαταραχές σωματικής και διανοητικής ανάπτυξης των παιδιών

ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΕΞΑΡΤΗΣΙΟΓΟΝΕΣ ΟΥΣΙΕΣ

- ◉ Χρήση ναρκωτικών από μητέρα (κοκαΐνη, ηρωΐνη, αμφεταμίνες) είναι **απόλυτη αντένδειξη** για θηλασμό ΕΚΤΟΣ εάν η μητέρα είναι σε πρόγραμμα απεξάρτησης με μεθαδόνη και είναι αρνητική στον HIV
- ◉ Βαρβιτουρικά και ψυχοτρόπα εξαρτάται από το φάρμακο => συζήτηση με τον ψυχίατρο της

ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- ◉ 12% των γυναικών παγκοσμίως καπνίζουν
 - Στις αναπτυγμένες χώρες 15% και στις αναπτυσσόμενες 8%.
- ◉ Στις ΗΠΑ 15-30% των γυναικών και πολλές είναι έγκυες
 - Περίπου 12% των εγκύων καπνίζουν.
- ◉ Καπνός περιέχει > 2.500 χημικές ουσίες
 - Νικοτίνη και το μονοξείδιο του άνθρακα οι πιο συνηθισμένες



ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ (συνέχεια)

- ◉ Διπλασιασμός πιθανότητας για μειωμένο βάρος γέννησης- χρόνια ανικανότητα(διανοητική υστέρηση και μαθησιακά προβλήματα)
- ◉ Αυξημένη πιθανότητα για πρόωρο τοκετό κατά 20%
- ◉ Αυξημένη πιθανότητα νεογνικού θανάτου
- ◉ Αν σταματήσει μια έγκυος να καπνίζει μέχρι και την 30^η εβδομάδα κύησης φαίνεται ότι το βάρος του εμβρύου επανέρχεται στο φυσιολογικό
- ◉ Στο πρώτο τρίμηνο αυξάνει περίπου 34% η πιθανότητα για δυσμορφίες κάτω άκρων
- ◉ Νήπια Αύξηση κατά 38% της πιθανότητας να νοσηλευθούν για πνευμονία. Επίσης υπερκινητικότητα, μαθησιακές δυσκολίες, προβλήματα ακοής κ.α
- ◉ Σε πειραματόζωα - μειωμένο πάχος εγκεφαλικού φλοιού, μικρότεροι νευρώνες, μειωμένο βάρος εγκεφάλου, μειωμένος αριθμός συνάψεων.

ΚΑΠΝΙΣΜΑ ΚΑΙ ΕΓΚΥΜΟΣΥΝΗ

- ◉ Ακόμα και το παθητικό κάπνισμα είναι επικίνδυνο για την έγκυο
- ◉ Πρόσφατη μελέτη από την Κίνα
 - Αυξημένη πιθανότητα εμφάνισης ανωμαλιών στην καρδιά του εμβρύου
 - Αύξηση κατά 74% αν ο πατέρας ήταν καπνιστής, κατά 25% αν η έγκυος ήταν καπνίστρια και κατά 124% αν η έγκυος είναι εκτεθειμένη σε συχνό παθητικό κάπνισμα.



ΘΗΛΑΣΜΟΣ ΚΑΙ ΚΑΠΝΙΣΜΑ

- ⦿ Μείωση παραγωγής γάλακτος και αλλοίωση της γεύσης του
- ⦿ Αν μια θηλάζουσα καπνίσει να μεσολαβήσουν τουλάχιστον 2,5 - 3 ώρες πριν τον επόμενο θηλασμό

ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΑ...

- Μηδενική κατανάλωση αλκοόλ τόσο στην κύηση όσο και πριν την σύλληψη σε περίπτωση προγραμματισμένης εγκυμοσύνης
- Υιοθέτηση υγιεινού τρόπου ζωής (καλή διατροφή, σταμάτημα καπνίσματος και χρήσης ουσιών)



ΣΥΜΠΕΡΑΣΜΑΤΙΚΑ ...

- ⊙ Γερμανός Μαιευτήρας-Γυναικολόγος Dr Gerhard Doring «Όταν καταλαβαίνει κανείς ένα πράγμα δεν φοβάται πια από αυτό»
- ⊙ Είναι χρέος όλων των επαγγελματιών υγείας αλλά και της κοινωνίας γενικά να ενημερώνουμε και να εκπαιδεύουμε τον κόσμο ξεκινώντας από την νηπιακή ακόμα ηλικία.

Η γνώση είναι δύναμη!

⦿ Ευχαριστώ για την προσοχή σας!